

اسهال در کودکان



■ هنگامی که دوباره غذا را شروع میکنید، بعضی متخصصان توصیه میکنند که با غذای نرم و سبک مثل پلو، حریره، موز خرد شده، پوره سیبزمینی و نان آغاز کنید. ما توصیه میکنیم به کودکان از غذای سالمی که دوست دارند بدهید، به قدری که تهوع پیدا نکنند تا به تدریج طی ۱ تا ۲ روز به رژیم طبیعی برگردند

■ اگر اسهال ۵ تا ۷ روز طول بکشد، شیر بدون الکتوز یا شیرهای مصنوعی با پایه سویا را می توانید چند روز امتحان کنید و ببینید اسهال کمتر میشود یا نه.

■ اگر نمیتوانید کودک خود را وادار کنید به اندازه الزم مایع بنوشد یا احساس میکنید که از دست رفتن مایعات بیش از میزان جبران آن است، باید به پزشک مراجعه کنید.

در صورتی که کودک شما اسهال دارد از داروخانه پودر آماده او آر اس را تهیه نموده و طبق دستورالعمل نوشته شده بر روی بسته آماده نموده و به کودک بخورانید. در صورت عدم دسترسی به داروخانه، به شیوه زیر در منزل او آر اس تهیه نمایید:



* یک لیتر آب جوشیده سرد شده

* نصف قاشق چایخوری نمک

* ۳ تا ۴ قاشق غذاخوری شکر

* در صورت دسترسی نصف قاشق غذاخوری نمک پتاسیم دار به ترکیبات بالا اضافه کنید

محلول را خوب به هم بزنید تا کاملاً در آب حل شود، سپس با قاشق هر چند دقیقه یکبار از آن به کودک بدهید. بقیه محلول برای استفاده های بعدی در پارچ درب دار در یخچال نگهدارید. به ازای هر بار مدفوع اسهالی، برای بچه های زیر دو سال یک چهارم تا یک دوم فنجان از محلول و برای کودکان بالای دو سال یک تا ۱.۵ فنجان را استفاده نمایید.

آموزش به بیمار و ارتقاء سلامت

شماره تماس: ۸۲۱۱۱۳۳۳

@kasra.hospital kasrahospital.ir